

COMMENT LES INTERVENTIONS BASÉES SUR LE SPORT PEUVENT-ELLES AMÉLIORER LA SANTÉ DES FEMMES ET DES FILLES?

Par Marie Camille Lavoie, étudiante au baccalauréat en loisir, culture et tourisme à l'Université du Québec à Trois-Rivières et assistante de recherche à l'Observatoire québécois du loisir
Marie-Eve St-Pierre, M. Sc., professionnelle de recherche à l'Observatoire québécois du loisir

L'article faisant l'objet de cette fiche synthèse s'intitule *How Can Sport-Based Interventions Improve Health among Women and Girls? A Scoping Review*

Introduction

Les initiatives sportives, largement saluées pour leur capacité à favoriser le progrès éducatif, social et politique à l'échelle mondiale, ont jusqu'à présent négligé l'impact qu'elles pourraient avoir sur la santé des femmes et des filles. Bien que les efforts pour promouvoir le sport se multiplient, les écarts entre les genres dans les niveaux d'activité physique demeurent une source d'inquiétude. Afin de pallier cette lacune, Pedersen et King (2023) ont entrepris une revue des écrits leur permettant d'examiner les interventions sportives visant à améliorer la santé des femmes et des filles. Leur analyse met en lumière deux questions centrales : premièrement, quels indicateurs de santé ont été évalués dans la recherche interventionnelle axée sur le sport et l'équité entre les genres chez les femmes et les filles? Deuxièmement, comment les méthodes de recherche participative ont-elles été employées pour accroître la pertinence et l'efficacité des interventions sportives sur la santé de cette population?

Résultats

L'analyse s'appuie sur quatre études qui ont satisfait l'ensemble des critères d'éligibilité et qui ont ainsi pu être intégrées pour l'analyse finale, portant notamment sur la violence basée sur le genre, la prévention du VIH, la santé reproductive et le mariage des enfants. Ces études sont associées à deux programmes, soit Parivartan for Girls en Inde et SKILLZ Street en Afrique du Sud.

Indicateur de santé

L'étude *Parivartan for Girls* en Inde a démontré la faisabilité d'interventions combinant le sport à des programmes axés sur la santé et le genre. Les résultats des entretiens ont souligné l'importance de la visibilité des filles dans le sport pour provoquer un changement social, mettant en évidence l'efficacité des approches basées sur le mentorat pour créer des modèles locaux. Le programme a également permis de modifier les perceptions communautaires sur la participation des filles au sport.

L'étude pilote *SKILLZ Street* en Afrique du Sud a suivi les participants par un relevé de présences, de tests de dépistage du VIH, d'enquêtes sur les connaissances liées au virus de l'immunodéficience humaine et une révision des normes d'équité entre les genres. Les résultats ont montré une forte participation au programme, au test de dépistage du VIH et des améliorations significatives dans les connaissances, attitudes et communications sur le virus. Le soccer (sport à l'étude) et la relation entraîneur-participant ont été identifiés comme des moteurs clés de participation, malgré certains obstacles liés aux attentes contradictoires à la maison et aux défis communautaires.

Approches participatives et communautaires

Le programme *Parivartan for Girls* se focalisait sur des échanges interactifs entre les mentors et les groupes d'athlètes, abordant une diversité de sujets visant à promouvoir la confiance en soi. En outre, des séances réflexives étaient orchestrées à l'intention des parents, avec pour objectif d'engager les familles des jeunes filles. Un comité consultatif communautaire fut également mis sur pied dans le dessein de consolider l'engagement et de solliciter des avis relatifs à l'ensemble des activités. De plus, deux tournois publics furent organisés afin de mettre en lumière la participation des athlètes et des mentors, ce qui a suscité une remise en question des normes traditionnelles en matière de mobilité féminine, jugées restreintes ou modestes.

Le programme *SKILLZ Street* a été mis en place par l'organisation non gouvernementale Grassroots Soccer dans le but d'apporter un soutien aux jeunes femmes affectées par le VIH. Ce projet a été élaboré progressivement et perfectionné au fil du temps. L'approbation et le soutien du ministère sud-africain de l'Éducation ont été obtenus pour encourager l'engagement des parties prenantes et des communautés. De plus, *SKILLZ Street* a établi des partenariats avec des écoles pour impliquer les parents et avec des centres de santé pour offrir des conseils sur le VIH. Des conférences animées par un professionnel qualifié du travail social ont également été présentées.

Principes



Lien avec la pratique

Les défis persistants en matière d'égalité des genres exigent une réflexion approfondie et des actions concertées pour éclairer et enrichir le domaine des interventions sportives. Voici quatre recommandations issues de ces analyses :

1. Élargir le champ de recherche pour inclure des résultats supplémentaires en matière de santé et d'activité physique

En dépit de l'importance accordée au sport comme catalyseur pour améliorer la santé, cette étude révèle une lacune dans les preuves disponibles de l'effet sur la santé des interventions basées sur le sport. Ces initiatives, considérées comme essentielles pour la Santé publique, surtout auprès des populations vulnérables, nécessitent une évaluation approfondie de leur impact sur la participation sportive ainsi que des divers impacts de l'activité physique sur la santé physique et mentale à court et à long terme, dans tous les groupes d'âge. Une compréhension approfondie de ces aspects est cruciale pour faire avancer ce domaine et élargir l'attrait de la pratique sportive en tant que stratégie visant à promouvoir l'équité en matière de santé, en concordance avec les objectifs mondiaux relatifs aux maladies non transmissibles et à la qualité de vie des femmes et des filles.

2. Intégrer des approches multiniveaux et des pratiques inclusives pour découvrir les obstacles structurels et les soutiens à la participation sportive tout au long de la vie

Les conclusions des études se limitent à des évaluations menées sur les plans individuel et social. Plus récemment, une analyse des facteurs associés à l'engagement sportif chez les adolescentes a mis en lumière d'autres variables pertinentes à divers niveaux : biologique, personnel, social, socioéconomique, environnemental ou en termes de ressources. Cela souligne impérieusement la nécessité d'adopter des approches de recherche multiniveaux pour traiter la situation de manière exhaustive.

Les recherches actuelles souffrent d'une lacune en termes de données probantes concernant l'impact réel des programmes sportifs sur la santé des participants. Ainsi, aucune étude n'a jusqu'à maintenant approfondi l'incidence du sport sur les comportements et l'engagement des individus, que ce soit au sein des activités sportives ou en dehors. Il est notamment crucial d'étudier de façon directe l'influence de la pratique sportive sur les comportements liés à l'activité physique, tout en intégrant activement les femmes adultes. Il est également important de collaborer étroitement avec la communauté et les parties prenantes à divers niveaux pour susciter des changements significatifs. Cette démarche implique une coopération avec les ressources locales et les partenaires, tout en garantissant que les voix des femmes et des filles soient entendues.

Les recherches futures devraient approfondir les expériences et les perspectives en mettant un accent particulier sur des aspects tels que l'intersectionnalité, l'inclusion des personnes LGBTQ+, et les besoins spécifiques des femmes et des filles réfugiées.



3. Élargir à la communauté les approches de recherche engagées et participatives

Il est essentiel que les futures études prennent en compte les questions de hiérarchie et de contrôle, tant dans la façon dont la recherche est menée que dans la manière dont elle est présentée à la communauté. En effet, aucune des études examinées n'a impliqué les personnes participantes dans l'analyse, l'interprétation ou la diffusion des données, ce qui est un manquement. Il y a donc un besoin d'intégrer davantage les pratiques de recherche participative à toutes les étapes de l'étude, de la planification à la diffusion des résultats.

4. Tirer parti des technologies numériques émergentes pour collecter des données pertinentes sur les facteurs individuels, sociaux et environnementaux

Les programmes à l'étude ont mis en œuvre une approche numérique (communication par SMS) afin d'accroître l'engagement individuel dans le domaine de la santé, de favoriser l'apprentissage et de faciliter la connexion avec les ressources médicales locales. Les participants et leurs familles ont accueilli favorablement cette méthode et ont notamment souligné l'importance de la confidentialité de leurs données. Ces conclusions s'alignent sur d'autres recherches récentes, lesquelles démontrent que les outils numériques contribuent à :

1. Accroître l'engagement des jeunes dans leur propre santé;
2. Favoriser l'inclusion de diverses populations;
3. Renforcer les activités de recherche dans ce domaine;
4. Favoriser un meilleur accès aux soins médicaux;
5. Faciliter l'accès des participants à leurs propres données de santé;
6. Fournir des informations pertinentes;
7. Mettre en lumière des enjeux tels que la violence à l'égard des femmes, la discrimination et les obstacles à une vie saine au sein de leurs communautés.

Conclusion

En somme, les études examinées révèlent l'impact potentiellement transformateur des interventions sportives sur la santé et l'équité entre les genres chez les femmes et les filles. Les programmes comme Parivartan for Girls en Inde et SKILLZ Street en Afrique du Sud ont montré des résultats encourageants. Cependant, des lacunes persistent, notamment dans la mesure des résultats de santé et dans l'intégration d'approches participatives et inclusives dans la recherche. Pour progresser, il est nécessaire d'élargir les méthodologies de recherche, d'intégrer les perspectives communautaires et d'exploiter les technologies numériques émergentes de façon à mieux comprendre et soutenir la santé des femmes et des filles au moyen du sport.

Référence complète de l'article

Pedersen M, King AC. How Can Sport-Based Interventions Improve Health among Women and Girls? A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2023; 20(6):4818. <https://doi.org/10.3390/ijerph20064818>